

IEA ORIOL MARTORELL - BARCELONA

PRIMÀRIA

DESEMBRE

CURS 2018-2019



CELÍAC

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|--|---|---|---|
| 3 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs amb carbonara vegetal · Ous al plat amb salsa de tomàquet i amanida · Iogurt Natural | 4 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Butifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps | 5 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa s/gluten de vedella amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps | 6 <p>FESTIU</p> | 7 <p>FESTIU</p> |
| 10 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Escalopa s/gluten de pollastre amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps | 11 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps | 12 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps | 13 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets s/gluten i polenta · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Fruita del temps | 14 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i porros · Pizza s/gluten hortolana amb verdures i tomàquet · Iogurt Natural |
| 17 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Llom de porc a la planxa amb salsa de ceba i amanida · Fruita del temps | 18 <ul style="list-style-type: none"> · Llenties amb verdures · Hamburguesa vegetal s/gluten a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps | 19 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps | 20 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets s/gluten · Timbal de vedella s/gluten amb salsa de peres · Iogurt Natural | MENÚ DE NADAL <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de Nadal amb galets s/gluten · Pollastre rostit amb pomes, prunes* i pinyons* · Torró* tipus Xixona s/gluten |

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un *. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a www.ecomenja.com. A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos.

**El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana així com la seva preparació i guarnició a www.ecomenja.com.